

9月はがん征圧月間です ～がんで泣くより笑って予防～

日本人の死亡原因の第1位はがんです。日本人の2人に1人ががんになり、3人に1人ががんで死亡しています。全国的にもがん死亡者は増加しており、特に肺がん、大腸がん、乳がん等が増加しています。

本市も例外ではなく、平成22年の死亡原因の第1位はがんで、116人ががんで亡くなっています。

がんの原因の3割はたばこ、3割はたばこ以外の生活習慣です。残りの4割は人間にはどうにもできない原因で、どんなに気をつけていても、がんを完全に防ぐことはできません。

がんから命を守るためには、早期に発見し、治療することがとても重要です。

つまり「がん検診」が欠かせないのです。

【がんを防ぐための新12か条】

- 1条 たばこは吸わない
- 2条 他人のたばこの煙をできるだけ避ける
- 3条 お酒はほどほどに
- 4条 バランスのとれた食生活
- 5条 塩辛い食品は控えめに
- 6条 野菜や果物は豊富に
- 7条 適度に運動
- 8条 適切な体重管理
- 9条 ウイルスや細菌の感染予防と治療
- 10条 定期的ながん検診を
- 11条 身体の異常に気がいたら、すぐ受診を
- 12条 正しいがん情報でがんを知ることから

平成25年2月28日までがん検診実施中です

「忙しいから」「怖いから」とがん検診を受けていない方、この機会にがん検診を受けましょう。

～胃がん検診～

対象：40歳以上の市民
 内容：胸部X線検査
 胃内視鏡検査
 費用：1,200円
 場所：市内指定医療機関
 集団検診（2月実施）

～子宮がん検診～

対象：20歳以上の市民
 内容：視診・細胞診
 費用：1,000円
 場所：市外指定医療機関
 集団検診（2月実施）
 ※クーポン事業有

～大腸がん検診～

対象：40歳以上の市民
 内容：便潜血検査（2日法）
 費用：600円
 場所：市内指定医療機関
 集団検診（9月実施）
 ※集団検診については、対象の世帯ごとに大腸がん検診セット（便潜血検査）を8月末に郵送しました。
 ※クーポン事業有

～乳がん検診～

対象：30歳以上の市民
 （2年に1回）
 内容：視触診、乳房超音波検査
 マンモグラフィー
 費用：3,000円
 場所：市内指定医療機関
 集団検診（11・1・2月実施）
 ※クーポン事業有

9月10日～16日は「自殺予防週間」です～かけがえのない大切な命を守るために～

自殺の現状と「自殺対策強化月間」について

日本では年間3万人以上の方々が自らの意志で「命」を絶っています。宮崎県の自殺死亡率は、全国的に高い位置にあり、平成23年は全国で3番目に高い数字となっています。その中で、西都市でも15名の方が亡くなっています。

自殺の動機として最も多いのは健康問題であることも明らかになっていますが、その他にも経済上の問題や家庭や職場の問題などがあり、その背景はさまざまです。

知っておいてください *自殺のサイン（自殺予防10箇条）*

- ① うつ症状に気を付ける
(気分が沈む、自分を責める、仕事が手につかない)
- ② 原因不明の身体の不調が長引く(不眠、食欲不振、疲労感など)
- ③ 酒量が増す
- ④ 安全や健康が保てない(治療を中断する自暴自棄になる)
- ⑤ 仕事の負担が急に増える、大きな失敗をする、職を失う
- ⑥ 職場や家庭でサポートが得られない
- ⑦ 本人にとって価値あるものを失う(職、地位、家族、財産)
- ⑧ 重症の身体の病気にかかる
- ⑨ 自殺を口にする
- ⑩ 自殺未遂におよぶ

早期発見・治療が、大切な人の命を守ります。

自殺は中高年世代に多く、日本では50歳代後半の男性の自殺率が高くなっていますが、近年は30歳代や未成年者の自殺も増加傾向にあります。

自殺者を減らすために私たちができること

自殺を考える人は、「死ぬしかない」と視野が狭まっていたり、「孤立している」と感じたりしています。

自殺者を一人でも減らすために、あなたができること、それは・・・

- 《 気づき 》 家族や仲間の変化に気づいて、声をかけましょう。
- 《 傾聴 》 本人の気持ちを尊重し、耳を傾けましょう。
- 《 つなぎ 》 早めに専門家に相談するよう促しましょう。
- 《 見守り 》 温かく寄り添いながら、じっくりと見守りましょう。

「こころの健康と自殺予防展」を行います。

こころの健康を保つための方法やこころの病気を理解すること、また「命」の大切さなどに関するポスターや遺族の思いが語られているパネルの展示、パンフレットの配布などを行います。

ぜひお立ち寄りください。

- 期間：9月10日(月)～9月19日(水)
8時30分～17時15分
- 場所：西都市役所市民課前ロビー

左記の10箇条のような状態が続いている・・・

それは、もしかしたら心の病気や自殺のサインかもしれません。できるだけ早く専門機関に相談してください。

相談窓口等情報サイト「みやざきこころ^{あおティー}青 T ねっと」

<http://www.m-aot.net>

他人事と考えず、ぜひ一緒に「命」について考えてみませんか？

(文書取扱：健康管理課健康推進係 43-1146)

9月は健康増進普及月間です

1に運動 2に食事 しっかり禁煙 最後にクスリ ～健康寿命を伸ばしましょう～

メタボリックシンドロームとは、肥満、なかでもお腹まわりに脂肪がつく「内臓脂肪型肥満」の人が、脂質異常や高血圧、高血糖のいずれか2つ以上をあわせ持っている状態です。

☆おもに食べすぎや運動不足などの悪い生活習慣から起こるものですが、早期の段階ではほとんど自覚症状がないため、静かに進行していきます。そのまま放置しておくと、動脈硬化が進行し、心臓病や脳卒中といった命に関わる病気につながります。

メタボリックシンドロームを予防・解消しよう

☆身体活動を増やそう☆

- 乗り物をひかえ、歩くようにする
- 掃除、洗濯などの家事をしっかりする
- テレビを見ながら体操する
- 時間を決めて散歩する

☆気軽に楽しくできる運動をしよう☆

- 筋力トレーニング（腹筋・スクワット・腕立て伏せ）
- 有酸素運動（ウォーキング・自転車・水泳）
- ストレッチング

☆食生活を改善しよう☆

- 腹八分目にしよう
- よく噛んで食べよう
- バランスよく食べよう
- 就寝3時間前までには食事をすませる
- 1日3食食べる

☆禁煙・節煙しよう☆

喫煙は、内臓脂肪の蓄積を促進します。

☆お酒の適量を守ろう☆

- 週に2日は休肝日を設け、肝臓をいたわろう。
（適量の目安）焼酎：1合、ビール：中ビン1本、
日本酒：1合、ワイン：グラス2杯

（文書取扱：健康管理課）

9月9日は救急の日です～救急車の適正利用にご協力を～

西都市消防本部では、市民の皆さんの生命を守るため、2台の救急車を配備し、年間約1300件の救急業務に対応しております。救急車は、けがや急病などで緊急に病院へ搬送しなければならない傷病者のためのもので、必要なときに市民が等しく利用し得る公共のサービスです。誰もが平等に受けられるべきものですが、「救急車の台数には限りがあります」

安易に救急車を要請すると、真に、救急車を必要とする事故などが発生した場合、到着が遅れ、救える命が救えなくなるおそれがあります。

「119番する前に、救急車が必要か、自家用車やタクシーなどは利用できないか、今一度考えてみてください」

ただし、緊急に病院へいかなければならないと判断した場合には、迷わず119番通報してください。また、体調が優れない時などは、症状の軽いうちに早めに掛かりつけの病院等を受診しましょう。

今後とも救急車の適正利用に御理解と御協力をお願いします。

（文書取扱・問い合わせ先：西都市消防本部 43-3003）

9月10日は全国下水道の日です

「下水道 お水がいつても またくるね」

下水道は、河川、湖沼、海など公共用水域の水質汚濁防止の重要な役割を果たしております。また住民の皆様へ安全で快適な生活を送っていただくために必要不可欠なものです。そこで全国一斉に9月10日を「全国下水道の日」と定め、住民の皆様へ下水道事業に対するご理解とご協力をお願いいたしております。

また、9月1日～9月10日の期間中は水洗化促進の啓発、下水道に関する相談を承りますので、お気軽に市役所上下水道課下水道工務係まで、ご相談ください。

宅内排水工事のお願いと依頼について

下水道が整備され、お住まいの地域が下水道を利用できる区域になりますと、汲み取り便所は3年以内に水洗便所に改造し、浄化槽の場合はすみやかに下水道に接続する排水設備工事を行わなければならないことになっています。

まだ宅内排水設備工事のおわっていない方、特に3年を経過した区域の方は、お早めに西都市下水道排水設備等指定工事店にお申し出下さい。

【問い合わせ先】上下水道課下水道工務係 43-1326

(文書取扱：上下水道課)

9月24日～30日は結核予防週間です ～65歳以上の方は結核検診を受けましょう～

結核は、過去の病気ではありません。西都市においても年間12人(平成23年度)の新規患者が発生しています。

結核予防のために、年に1回はレントゲン検診を受けましょう。

9月中旬より結核集団検診を実施します。

対象になる人には、法律により年1回の受診が義務づけられています。

【対象者】 65歳以上の住民(年度内年齢)

【料金】 無 料

【日程】 受診票の裏面をご覧ください。

9月中旬より、三財→都於郡→三納→穂北→妻地区の順に巡回します。(知っ得ガイドのP11～P15にも掲載しています。)

【持参するもの】 結核検診受診票(白色のA4用紙)

【結果】 検査結果で異常がない方は、ご連絡いたしません。

精密検査が必要な方には検査後1か月前後にご連絡いたします。

☆医療機関で受診された方は受診票に証明をもらって、検診場所か健康管理課・各地の支所に提出してください。

☆今まで職場等でレントゲン検診を受けられていた方で、退職されてレントゲン検診を受ける機会のない方などは、結核検診受診票がなくても受けることができますので、直接お越し下さい。

☆受診するときの注意☆

金具やボタンのついた服や下着、湿布、エレキバン、カイロ、ネックレスなどははずして撮影します。金具やボタンのついていない服や下着で来ていただくとそのまま撮影できますので、撮影時間が短時間で終わります。

(文書取扱：健康管理課健康推進係 43-1146)

農家の皆様へ ～農業用廃プラスチックの特別集積の日時について～

通常収集以外の廃プラスチック収集について下記の日程で行いますので、定められた日・時間・注意事項を守って持ち込みを行ってください。

- 収集日時： **9月28日(金)** 午前9時～午後3時（ただし、12時～1時迄は休憩のため受け入れ中断とします。）
- 収集場所：**童子丸集積所**
- 分類：水稲用育苗トレー・ルートラップシート・ホース・あぜなみ・止水シート・加工ロープ（ビニール耳ひも）・コンテナ・防風ネット
農薬ポリ容器（使った薬剤は適正に処理した後、必ず洗浄し乾かす事）・寒冷紗・きゅうりネット・ダンバンド・液肥容器・パオパオ
- 処理費用：トラックスケールで計量し、**現金またはデポジットにより徴収します。 1 kg あたり 52.5円**
- 搬入方法：透明な袋に、上記の物を分別して詰め込み、持ち込んで下さい。

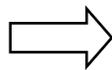
注意事項

1. 不要な薬剤を排水路等に流す事は絶対しないで下さい。不要な薬剤については購入先及び処理業者に問い合わせる等、適正な処理をお願いします。
2. 農薬ポリ容器は、①中を洗浄 ②容器とキャップを分別 ③容器とキャップは別々に透明な袋に入れて持ち込む 以上遵守下さい。
必ず洗浄しているか、キャップと容器を分別しているかを確認させていただきます。適切でないものは、持ち帰ってもらうことになります。
3. 中身が見やすいよう、透明な袋に入れて持ち込んで下さい。
4. 金属類・びん類は受け入れできません。
5. 硬質灌水資材は、必ず2m程度に切断して持ち込んで下さい。

農薬の空容器はきちんと処理しましょう！

皆さんは農薬の使用の際、どんなことに注意していますか？ 登録の有無や使用方法はもちろん、薬剤を残さないよう適正に使用していますか？
では、使用後の空容器についてはどうでしょう。適正に処理できていますか？

必ず守って下さい



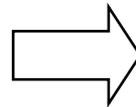
不要な薬剤を排水路等に流す事は、絶対にしないで下さい。
不要な薬剤については、購入先及び処理業者に問い合わせる等の適切な処理をお願いします。

空容器の処理はこうしましょう！

使い切った容器でも、意外と底や内側には農薬が付着しています。

残った薬剤による事故や環境への影響を未然に防ぐためにも、次の手順で容器内の薬剤を落としましょう。

- ① 空容器に水を約1/4入れる。
- ② キャップをしてよくふる。
- ③ すすいだ水はタンクの中へ



この作業を3回繰り返すだけで、容器内に残る薬剤を99%以上除去することができます。

西都市農業用廃プラスチック適正処理対策推進協議会（事務局：西都市農林振興課園芸特産係43-0382）
（文書取扱：農林振興課）

認定農業者育成支援事業についてのお知らせ

- 事業の目的 これからの西都市の農業を支えていく担い手組織の育成を目的としており、認定農業者等が共同で行う事業や研修会など、自発的な取り組みに対し補助金を交付するものです。
- 補助の対象者 市内にお住まいの農業者3名以上でつくる組織（※整備事業は認定農業者2名以上、研修事業は認定農業者1名以上を含む組織）
- 対象となる事業・経費・補助金の額は
 - 事業内容 (整備事業) 施設の設置・機械の導入等の共同事業 (研修事業) 研修等の共同事業
 - 対象経費 (整備事業) 共同施設の設置費、共同機械の購入費等 ※トラクター、トラック等車輛は対象外
(研修事業) 旅費、賃借料、消耗品費等
- ※九州管内の宿泊を伴う研修についての宿泊料は、西都市旅費支給条例に基づく金額が補助対象経費
- 補助率 補助対象経費の2分の1以内 ※申込み多数の場合は補助率が変更になる場合があります。
- 限度額 (整備事業) 50万円 (研修事業) 20万円
- その他 (整備事業) 22・23年度に整備事業を受けられた方は、申込みをすることはできません。
(研修事業) 1回補助を受けた団体でも、翌年以降も申込みができます。（最大3回まで）
- 注意事項
 - 個人の所有とみなされる機械・設備等は対象となりません。
 - どなたかが市税の滞納をされている場合は対象となりません。
 - 同じ物件で他の補助事業を受けている場合は対象となりません。
 - 機械等の購入で下取りがある場合は下取り後の価格を対象とします。
- 事前申込み 事業を希望される団体は、事前の申込みが必要となります。
 - 申込期間 9月3日（月）～9月28日（金） ●提出書類 申込書（農林振興課にて配布）、見積書、カタログ（研修事業の場合は行程表）等
(文書取扱・問い合わせ先：農林振興課農政企画係 32-1003)

雇用調整助成金などの支給要件を見直します

「雇用調整助成金」とは、経済上の理由により、事業活動の縮小を余儀なくされた事業主が、雇用を維持するために休業等を実施した場合、休業手当などの事業主負担相当額の一定割合を助成する制度です。

- 【変更内容】平成24年10月1日より
- ①生産量要件が、前年同期と比べ10%以上の減少が必要となります。
 - ②1年間の支給限度日数が100日となります。
 - ③教育訓練費（事業所内訓練）が、1人1日当たり1,000円（中小企業が1,500円）となります。

※詳しくは次の問い合わせ先にご連絡ください。

【問い合わせ先】宮崎労働局職業対策課 助成金申請受付コーナー 0985-38-8824

(文書取扱：商工観光課)

高鍋税務署からのお知らせ

●使って実感！ネットで申告「e-Tax」

「国税電子申告・納税システム（e-Tax）」では、自宅やオフィス、税理士事務所などからインターネットを利用して、国税に関する各種手続（①所得税、法人税、消費税、酒税及び印紙税の申告、②全ての国税の納税、③納税証明書の交付請求及び法定調書の提出などの申請・届出等）ができます。

詳しくは、e-Taxホームページ（<http://www.e-tax.nta.go.jp>）をご覧ください。

●税務署でのご相談は事前のご予約を

税務署でのご相談は、事前のご予約をお願いします。

具体的書類や事実関係を確認する必要があるなど、相談内容により電話等での回答が困難な場合には、電話等で事前に相談日時等をご予約いただいた上で、所轄の税務署においてご相談をお受けしております。

ご予約の際には、お名前、ご住所、相談内容等をお伺いいたします。

なお、税金の納付相談や、確定申告期において申告書作成会場へお越しいただく際には、事前のご予約は必要ありません。

高鍋税務署（22-1373）※自動音声案内

（文書取扱：税務課）

農耕作業用自動車の登録（申告）はお済みですか

農耕作業用自動車（トラクター、コンバインなど）は公道を走らない場合でも登録（軽自動車税の申告）が必要です。

新規購入される場合はもちろん、既に所有している未申告の車両があれば軽自動車税の申告書の提出を行い、標識（ナンバープレート）の交付を受けてください。

●新規登録に必要なもの

- ・所有者及び使用者の印鑑（シャチハタなどのゴム印は除く）
- ・所有者及び使用者の住所、氏名、生年月日、連絡先
- ・対象車両のメーカー名、車名、型式番号、車台番号

●名義変更に必要なもの

- ・新旧所有者及び使用者の印鑑（シャチハタなどのゴム印は除く）
- ・新旧所有者及び使用者の住所、氏名、生年月日、連絡先
- ・対象車両のメーカー名、車名、型式番号、車体番号、標識番号

●手続き場所：西都市役所税務課窓口

（文書取扱・問い合わせ：税務課市民税係 32-1009）

敬老祝い金の交付について

高齢者の方の長寿を祝福し敬老の意を表するため、敬老事業として対象者に下記のとおりお祝い金を支給します。

1. 対象者

- ①平成24年8月1日現在（基準日）までに西都市内に1年以上在住し、住民登録されている方
- ②平成24年4月1日から平成25年3月31日までに77歳・88歳・99歳になられる方及び100歳以上の方

2. 支給方法

77歳・88歳の方に対しては通知を行い各地区館や市民会館等で9月下旬に支給します。99歳の方は担当課が、100歳以上の方については市長等が訪問し支給します。

3. お祝い金

- ・百歳以上：3万円
- ・白寿（99歳）：2万円
- ・米寿（88歳）：1万円
- ・喜寿（77歳）：5千円

（文書取扱：福祉事務所高齢者福祉係）

平成24年度敬老バス事業の開始について

市内に3ヶ月以上在住の満70歳以上の高齢者の方を対象に10月1日から下記の事業を行います。

- (1) **敬老バスカード**：コミュニティバスや路線バスの乗降に際し、1乗車200円で利用できます。（ただし、200円以下の所は実費負担で、市外にまたがる乗車については対象外です）福祉事務所で申請いただきますとバスカードを発行しますので、バス乗降時に運転手に提示し、200円を支払っていただきます。
- (2) **高齢者用バス定期券購入費補助**：バス会社等で販売するバスの半年定期券15,000円購入に対して5,000円を補助します。福祉事務所に申請いただくと補助券を発行しますので、定期券購入時に補助券を提出していただくと10,000円で購入できます。（注意：定期券購入後に補助券を提出しても割引対象になりません）

【申請受付開始】9月10日から（ただし、土日祝祭日は除く）

【申請受付時間】午前8時30分～午後5時（ただし、12時から13時は除く）

【申請受付場所】福祉事務所

【持参していただくもの】

①顔写真（タテ3センチ×ヨコ2.5センチ）※半年以内に撮影したもの

②身分証明書（運転免許証又は健康保険証）

※注意：必ず本人が窓口で申請して下さい。（代理申請不可）

（文書取扱・問い合わせ先：福祉事務所 43-0376）

伊東満所（マンショ）没後400年記念事業 市民創作劇（伊東マンショ物語）

『伊東鈍満所』の開催について

西都市で生まれ、天正遣欧少年使節の正使としてローマ法王に謁見する偉業を成し遂げた伊東満所（マンショ）の没後400年を迎えるにあたり、記念事業の一環として市民創作舞台劇「伊東マンショ物語」を公演いたします。

満所の誕生から幼き日の豊後落ち、様々な人々との出会いによって成長し、ついには天正遣欧少年使節団の正使として選ばれるまでになった満所の生涯を一般応募の小学生から大人までの市民が熱演します。

【日時】11月18日（日） 開場13:00、開演14:00

【会場】西都市民会館

【入場料】1,000円 全席自由（大人・小人同一料金）

【入場券】9月4日（火）から発売

※西都市公民館、西都市民会館、市民創作劇実行委員会で販売。

【主催】西都市、西都市教育委員会、伊東満所（マンショ）没後400年記念事業市民創作劇実行委員会

【問合せ】市民創作劇実行委員会事務局（社会教育課内）43-3479
（文書取扱：西都市教育委員会社会教育課）

第13回 オカリナ太鼓コンサート【平成24年度西都市民会館文化事業】

西都に根付き愛される文化イベントになることを目指し、発表の場を設ける趣旨で開催するものです。

西都市の幼児から高校生がオカリナや太鼓の練習した成果を発表します。また、地元内外で演奏活動をしている古墳太鼓保存会も勇壮な響きを披露します。プロのオカリナ奏者の演奏もあります。西都市民会館で秋の夕べをお楽しみ下さい。

【日時】9月8日（土） 開場18:00、開演18:30 【会場】西都市民会館 【ゲスト】ホンヤミカコ（オカリナ）、飯田俊明（ピアノ）

【入場料】無料 全席自由 ※入場整理券は、西都市民会館、パオ、Aコープさいと店、他で配布しています。

【主催】西都市民会館、オカリナ太鼓実行委員会

【後援】西都市、西都市教育委員会、宮崎日日新聞社

【問合せ】西都市民会館 43-5048（月曜日休館）

（文書取扱：社会教育課）

宮崎建産労・第35回住宅デーを開催します

地域に根付く工務店・建設従事者は、地域の皆さんの『住まい』を守る重要な役割を担っています。

今回、地域に暮らす住宅専門家が下記の日程で『第35回住宅デー』を開催します。市民の皆さん、ぜひご来場ください。

【内容】住宅相談・包丁研ぎ・まな板削りを無料実施

【日程】9月9日（日）午前10時から午後3時まで

【場所】◇徳北農協倉庫前 ◇法元公民館 ◇右松村公民館
◇潮公民館 ◇小野公民館 ◇清水公民館
以上6会場

【後援】国土交通省／林野庁／住宅金融支援機構／(財)リフォーム・紛争処理支援センター／(財)住宅保証機構／(財)日本住宅木材技術センター／(財)日本建築防災協会／宮崎県

<問い合わせ> 宮崎県建設産業労働組合 西都支部 42-5350

(文書取扱：建築住宅課)

「初めてののおっぱい学級」を開催します

「母乳だけで足りているのかな。」「おっぱいだけでこどもの体重が増えているのか心配。」「間隔が空かない。」「よく吐く。」「卒乳はいつ頃どうやってするの？」など、お悩みや不安・相談したいことはありませんか。

助産師による「個別での相談と乳房のケア」を通して、これから先、安心して母乳育児を続けていけるように、またお母さん同士の情報交換やリフレッシュの場として参加してみませんか♪

【日程】9月12日（水曜）14時30分～16時

【場所】西都市保健センター 【人数】3組程度

【内容】助産師による個別相談・乳房ケア（1組20分程度）・計測

【対象】生後3ヶ月までのお子さんとお母さん

【持ってくるもの】：母子手帳・フェイスタオル2枚

【申込み】予約制です。予約時間は申し込み後にお知らせします。

※参加希望の方は、9月10日（月）までに健康管理課（43-1146）へお申し込みください。

(文書取扱：健康管理課健康推進係)

「販売促進セミナー」を開催します

「今すぐやるべきことが見つかります！」

せっかく良い商品やサービスを持っているのに、それをうまく伝えられない、という悩みを抱えている方が多いようです。実はお客様が商売を好転させる「キーワード」を持っているのです。そこに着目し、それを引き出しどのように告知するかを、事例を交えながら効果的に学びます。

【セミナー内容】 ●強みを引き出すたった一つの質問とは？ ●強みの3つの聞き方 ●強みの3つの選び方
●強みの3つの表現方法 ●強みの様々な打ち出し方 ●宣伝してくれるお客様の見つけ方 など

【日時】9月19日（水）19:00～21:00

【場所】西都商工会議所

【受講料】会員・無料 非会員・3,000円

【定員】40名（定員になり次第締め切り）

【講師】(有)アカウント・プランニング 代表取締役 販促コンサルタント 岡本 達彦 氏

【申込・問合せ先】西都商工会議所（阿萬） 43-2111 西都商工会議所HP <http://www.miyazaki-cci.or.jp/saito/>

(文書取扱：商工観光課)

お客様に聞くだけで『売れない』が『売れる』に変わるたった一つの“質問”

【グリーンツーリズム・ガイド養成講座】《自転車大学講座》受講者募集

受講料無料

自転車を使った体験型観光のインストラクター（ガイド）育成セミナーを以下の内容で開催いたします。

【講座プログラム】5日間の開催です。1日のみの受講も可能です。《詳細は、チラシ・申込書にてご確認ください》

- | | |
|-----------------------|--------------------------------------|
| 10月6日（土曜）13：00～16：00 | 自転車マナー講座、パンク修理講座、他。 |
| 10月13日（土曜）10：00～15：00 | 自転車観光ガイド講演会 演題「自転車観光の実態」、午後は「銀輪号 試乗」 |
| 11月25日（日曜）13：00～16：00 | 自転車メンテ講座、正しい乗車姿勢講座、他。 |
| 12月8日（土曜）13：00～16：00 | 輪行（※）「計画講座、自転車街づくり講演会。」 |
| 2月16日（土曜）9：00～17：00 | 西都から油津まで、輪行（※）を体験します。 |

※輪行＝行程の途中、公共交通機関に自転車を持ち込み自走区間を短縮すること。（JR乗車券・昼食費・保険料は参加者負担）

【会場】西都市コミュニティセンター、あいそめ広場、他。

【講師】KCTP代表：多賀一雄氏、サイ克蘭ドおくぐち（代表）奥口一人氏、他。

【定員】20名程度（原則、求職中の方を優先します。）

【申込方法】所定の申込書に必要事項をご記入後、下記の事務局まで郵送、FAX、Eメールまたはご持参ください。

申込書については、事務局または市役所の各支所で配布しております。

【申込期間】9月3日（月曜）～（詳細は申込書に記載）※ご持参の場合は、月曜日から金曜日までの午前9時～午後5時まで（祝日を除く）

【お申し込み・お問い合わせ先】西都市聖陵町2-1 西都市役所3階商工観光課内 西都市地域雇用創造協議会事務局（担当：山崎）

TEL&FAX：43-2005 Eメール：yamasaki@saitokoyo.jp

（文書取扱：商工観光課）

パソコン「エクセル」講座 受講生募集

初心者を対象にしたエクセル講座を開催します。初めてパソコンに挑戦する方など、ぜひご参加ください。

パソコンをお持ちでない方も受講できます。

【日程】9月6日（木）～10月18日（木） 毎週木曜日 全7回

【時間】19時30分～21時30分

【場所】西都市公民館 2階 会議室

【内容】パソコン「エクセル」の基礎知識

【対象】18歳以上で市内にお住まいの方（初心者） 30名

※応募者多数の場合は抽選といたします。

【備考】テキスト代として2,000円が必要です。

【申込】お申込みは、社会教育課（43-3479）へ電話でご連絡ください。

※受付時間は平日の8時30分から17時までです。（祝日や土日は受付いたしません。）

（文書取扱：社会教育課）

西都市文化ホール、西都市働く婦人の家及び西都市勤労青少年ホームの指定管理者を募集します

西都市では、「公の施設の指定管理者制度の導入に関する基本方針」に基づき、西都市文化ホール、西都市働く婦人の家及び西都市勤労青少年ホームの3施設を一括で管理運営していただく指定管理者を募集することになりました。

「指定管理者制度」

「指定管理者制度」とは、多様化する住民ニーズにより効果的、効率的に対応するため、公の施設の管理に民間の能力を活用しつつ、住民サービスの向上を図るとともに経費の縮減等を図ることを目的としています。

「募集要項の配布期間」

9月18日(火)まで (土日祝祭日を除く)

午前9時から午後5時15分 (12時から13時の間は除く。)

※ 募集要項は、下記の問い合わせ先まで取りに来られるか、西都市ホームページより取得してください。

「応募資格」

西都市内に事務所を有する団体等であること。

そのほかにいくつかの要件がありますので、詳しくは募集要項をご参照ください。

「説明会」

9月20日(木)に説明会を行います。

応募しようとする団体は必ず出席してください。欠席した場合は失格となります。

「指定期間」

平成25年4月1日から平成30年3月31日までの5年間です。

問合せ先・・・商工観光課商工振興係(42-4068)
まちづくり推進室まちづくり推進係(43-1321)

(文書取扱：総務課総務係)

法務局・人権擁護委員による『人権・なやみごと相談所』を開設します

家庭内の問題(夫婦・親子、結婚・離婚、相続など)や、隣近所とのもめごと、いじめ、体罰などの問題に関するご相談をお受けします。

相談は無料で秘密厳守になっておりますので、お気軽においでください。

【日 時】9月18日(火) 午前10時から午後3時まで

【場 所】市役所南庁舎1階(西都保健所跡)

【相談員】人権擁護委員 松尾清実 委員、黒木功 委員

※この他、宮崎地方法務局人権擁護課(0985-22-5124)でも平日午前8時30分から午後5時15分まで随時相談をお受けしております。

(文書取扱：市民協働推進課)

9月11日は「警察相談の日」です

警察安全相談窓口をご存じですか？

警察安全相談窓口では防犯、暴力、交通に関する困りごとや悩みごとなど、様々な相談に応じています。

家庭内の暴力や子どもの非行など、事件や事故には至っていないが不安や危険を感じていることがありましたら、一人で悩まず、お気軽にご相談ください。

【連絡先】◎警察安全相談窓口：#9110

(ダイヤル回線、一部のIP電話は利用できません。)

○直通：0985-26-9110

◎西都警察署：43-0110

※事件や事故など緊急を要する通報は110番にお電話ください。

(文書取扱：生活環境課)

全国一斉「高齢者・障害者の人権あんしん相談」（電話相談）の強化週間について

宮崎地方法務局ならびに宮崎県人権擁護委員連合会は、9月10日（月）から9月16日（日）の期間に、全国一斉「高齢者・障害者の人権あんしん相談」強化週間を実施します。

虐待やいやがらせ、差別などでお困りの高齢者や障害者の方、周りでそういったことを見聞きしたという方、どんなことでも相談してください。

実施期間 9月10日（月）～9月16日（日）の7日間

受付時間 【平日】午前8時30分～午後7時 【土日】 午前10時～午後5時

電話相談専用番号 0570-003-110

※人権擁護委員、法務局職員が相談をお受けします。

※相談は無料、難しい手続きは不要です。また、秘密は厳守します。

※強化週間以外の期間でも、宮崎地方法務局人権擁護課（Tel 0985-22-5124）では、平日午前8時30分から午後5時15分まで随時相談をお受けしております。

（文書取扱：市民協働推進課）

＝労働相談週間＝

夜間・休日特別相談の開催お知らせ

宮崎県労働委員会では、労働者個人と使用者との職場でのトラブル相談を随時無料でお受けしています。

今回、下記の期間は平日夜間・土曜日・日曜日にも相談に応じます。日頃感じている職場での疑問など、何でも結構ですのでお気軽にお問い合わせください。

□職場の悩み 例えば・・・ ●社員の悩み 社長に仕事のことで意見を言ったら「クビだ！」と言われた
●社長の悩み 業績が苦しいけど社員が賃下げに応じてくれない など

期 間	10月1日（月）～8日（月）
受 付 時 間	平 日 8：30～20：00 土曜：日曜 9：00～17：00 ※土曜、日曜にお越しの際は、管理上の問題がありますので事前に電話連絡をお願いします。
対 象 者	県内事業所などに勤務する労働者及びその使用者
場 所	宮崎県労働委員会事務局 宮崎市橘通東1-9-10（県庁3号館6階）
相 談 方 法	面談、電話、メール、FAX
【問い合わせ先】	宮崎県労働委員会事務局 電 話：0985-26-7262（直通） FAX：0985-20-2715 E-mail：rohdohi@pref.miyazaki.lg.jp

（文書取扱：商工観光課雇用推進係）

平成24年9月1日号〈発行〉西都警察署

◆ 西都警察署 ニュース ◆

～刑事生活安全課 篇～

～この夏、少年非行が急増～

少年の非行防止を防止するには、

- ① まず、子供と話すこと ② 非行のサインを見逃さない
 ③ 子供の服装に気をつける ④ 子供の持ち物に気をつける
 ⑤ 親が子供の見本となる ⑥ 学校との連携

●平成24年8月16日現在の盗難事件

～窃盗事件が減少傾向にあります～

窃盗事件総数	: 88件 (-3)
侵入盗	: 15件 (-5)
車上狙い	: 9件 (-16)
自転車盗	: 14件 (+3)
自販機狙い	: 3件 (-6)
万引き	: 15件 (+9)

◆声かけ事案から子供を守ろう◆

声かけ事案を見たり、聞いたりした場合は、すぐに、警察署まで連絡をください。保護者の方は、子供に、知らない人には絶対ついて行かないよう言い聞かせてください。

(その他)

- ① 高齢者による万引きが増加しています。
 ② 車上狙いに注意してください。
 ※貴重品を車内に放置しないでください。

(文書取扱：生活環境課)

西都市地域子育て支援センターつばさ館

平成24年 9月号

☆子育て支援センターは、主に家庭で子育てをしているお母様方とお子さん
 が集まり、情報交換したり、お子さんと一緒にみんなで遊べる交流の
 場です！！(利用料は無料です)

＜ 9月の行事予定 ＞

3日(月)	お水遊び(プール)	
4日(火)	プール納め	
5日(水)	シャボン玉遊び	
6日(木)	給食試食会 (1食280円)	※予約制
7日(金)	なかよしランド(限定10組)	※予約制
10日(月)～14日(金)	ぶどうを作ろう!	※随時
11日(火)	誕生会(9月生まれ)	
12・26日(水)	にこにこ広場(パオ) AM10:30～11:30	
14日(金)	リトミック	
18日(火)	給食試食会 (1食280円)	※予約制
19日(水)	アタッチメントベビーマッサージ (参加費500円・オイル代込み)	※予約制
25日(火)	親子クッキング	※予約制

◆支援センターつばさ館概要(駐車場は横にあります)

【住所】	西都市白馬町3番地(こどもの家保育園敷地内)
【連絡先】	TEL 43-1049 FAX 43-1079
【利用時間】	月曜～金曜 9:00～15:00 土曜 9:00～12:00
【子育て相談】	電話・来園・訪問でのご相談をお受けします。(随時)
【一時保育】	料金・時間は1時間単位でのお預かりになります。 詳しいお問い合わせはお電話下さい。
【育児情報誌】	毎月1回 活動内容の情報発信(つばさ館新聞)
【育児講座】	年数回開催

(文書取扱：福祉事務所)